

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ №



Меню для бесплатного питания обучающихся 7-11 лет

2023г

| №<br>рец., нормат.<br>документация | Наименование блюда                            | Масса<br>порции,<br>(г) | Пищевые<br>вещества, (г) |       |            | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|------------------------------------|---|-------------------------|--------------------------|-------|------------|--------------------------------------|
|                                    |   |                         | Б                        | Ж     | У          |                                      |
| <b>ПЯТНИЦА ( 2 неделя) Завтрак</b> |   |                         |                          |       |            |                                      |
| №14 сб. 2017                       | Масло сливочное (порц.)<br>Крестьянское 72,5% | 10                      | 0,08                     | 7,25  | 0,13       | 66                                   |
| №291 сб. 2017                      | Плов из птицы                                 | 90\160                  | 21,62                    | 10,74 | 43,74      | 358,4                                |
| №376 СБ.<br>2017                   | Чай с сахаром                                 | 200/10                  | 0,07                     | 0,02  | 10         | 60                                   |
|                                    | Хлеб пшеничный                                | 30                      | 2,28                     | 0,24  | 14,76      | 70,5                                 |
|                                    | Всего за завтрак                              | 500                     | 24,05                    | 18,25 | 68,63      | 554,9                                |
| <b>Обед</b>                        |   |                         |                          |       |            |                                      |
| №71 сб. 2017                       | Овощи<br>СВЕЖИЕ(Помидор)                      | 60                      | 0,66                     | 0,12  | 2,28       | 13,2                                 |
| №82 сб. 2017                       | Борщ с капустой и<br>картофелем со сметаной   | 200/4                   | 1,8                      | 4,92  | 10,93      | 103,75                               |
| №270 ССБ.<br>2017                  | Котлеты московские                            | 90                      | 13                       | 16,86 | 18,13      | 265                                  |
| № 309 СБ.<br>2017                  | Макаронные изделия<br>отварные                | 150\5                   | 5,82                     | 3,88  | 32,74      | 202,24                               |
| №342 сб. 2017                      | Компот из св. яблок                           | 200                     | 0,16                     | 0,16  | 27,8       | 114                                  |
|                                    | Хлеб пшеничный                                | 30                      | 2,28                     | 0,24  | 14,76      | 70,5                                 |
|                                    | Хлеб ржано-пшеничный                          | 30                      | 1,98                     | 0,36  | 10,02      | 52,2                                 |
|                                    | Всего за обед                                 | 769                     | 25,7                     | 26,54 | 116,6<br>6 | 820,89                               |
|                                    | Итого за день                                 | 1269                    | 49,75                    | 44,79 | 185,3      | 1375,79                              |